

# Vepřová panenka s anglickou slaninkou a sýrovosmetanovou omáčkou



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min  
Celkový čas: 20min , Porce: 2

**790** kalorií , **0 g** cukrů , **78 g** tuků , **21 g** bílkovin

**Autor:** Sonia005

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/veprova-panenka-s-anglickou-slaninkou-a-syrovosmetanovou-omackou>

## Příprava

Panenko očistíme, omyjeme a osušíme a nakrájíme na malé špalíčky. Každý špalíček obalíme plátkem anglické slaniny a necháme stranou chvíli odpočívat. V pánvi wok si rozpustíme jednu lžici másla a vsypeme balíček kukuřice, podlijeme trochou vody, osolíme a pomalu dusíme doměkka. Mezitím co se nám kukuřice dusí a maso odpočívá, připravíme si omáčku. V malém rendlíčku rozpustíme druhou lžici másla a přilijeme smetanu. Jakmile se smetana trochu zahřeje přihodíme tavený sýr a nadrobenou nivu. Pomalu, na mírném ohni vaříme a často mícháme, aby se nám dno nepřipálilo. Na další pánvi (nejlépe teflonové) rozehejeme kapku oleje a na rozpálenou pánev vložíme maso. Opékáme z každé strany asi 2 minuty a nakonec jej vložíme na 4 minutky do trouby rozpálené na 180°C. Maso se hezky zatáhne a uvnitř zůstane růžové. Jakmile máme maso hotovo, z kukuřice se odpařila všechna voda a omáčka je krásně hustá a sýr rozpuštěný, můžeme podávat.

## Ingredience

- 1 kousek vepřové panenky
- 100 g anglické slaniny
- špetka soli a pepře
- 2 trojúhelníčky taveného sýra
- 50 g Nivy
- 100 ml smetany ke šlehání
- 1 sáček mražené kukuřice
- 2 lžíce másla

## Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Rychlovka, Labužník, Hlavní chod

